

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Bola voli, sebagai salah satu cabang olahraga yang populer di kancah internasional maupun nasional, memiliki daya tarik tersendiri karena perpaduan antara kekuatan fisik, ketangkasan, strategi tim, dan teknik individu yang mumpuni. Perkembangannya yang pesat telah melahirkan kompetisi-kompetisi bergengsi di berbagai tingkatan, mulai dari Olimpiade, Kejuaraan Dunia, hingga liga-liga profesional di berbagai negara. Di Indonesia sendiri, bola voli memiliki akar sejarah yang kuat dan telah menjadi bagian integral dari budaya olahraga masyarakat. Partisipasi aktif dalam olahraga bola voli tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan fisik dan mental individu, tetapi juga memupuk nilai-nilai sportivitas, kerja sama tim, dan disiplin. Keberhasilan tim bola voli di berbagai tingkatan kompetisi menjadi tolok ukur pembinaan olahraga yang efektif dan berkelanjutan. Oleh karena itu, pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap performa tim, termasuk penguasaan teknik dasar, menjadi krusial dalam upaya peningkatan kualitas bola voli secara keseluruhan.

Pembinaan atlet bola voli usia dini dan peran aktif klub-klub bola voli di berbagai daerah memegang peranan vital dalam mencetak bibit-bibit unggul dan menjaga keberlangsungan prestasi olahraga ini. Klub-klub bola voli berfungsi sebagai wadah bagi para pemain untuk mengembangkan

potensi mereka, mengasah keterampilan teknik, memahami taktik permainan, dan membangun mentalitas kompetitif. Keberadaan klub yang terstruktur dengan program latihan yang sistematis dan didukung oleh pelatih yang kompeten menjadi fondasi penting bagi kemajuan seorang pemain. Di tingkat kabupaten/kota, klub-klub bola voli seringkali menjadi garda terdepan dalam menjaring dan membina pemain-pemain muda potensial yang kelak diharapkan dapat berkontribusi pada tim yang lebih tinggi levelnya. Oleh karena itu, kualitas pembinaan di tingkat klub memiliki dampak signifikan terhadap kualitas pemain yang dihasilkan dan secara keseluruhan mempengaruhi peta kekuatan bola voli di tingkat regional maupun nasional.

Pentingnya penguasaan teknik dasar dalam olahraga bola voli, khususnya bagi pemain putri, ditegaskan oleh beberapa ahli di bidang kepelatihan dan ilmu keolahragaan. Bompas dan Haff (2009) dalam karyanya "Periodization: Theory and Methodology of Training" menekankan bahwa penguasaan keterampilan dasar yang kuat merupakan fondasi bagi pengembangan keterampilan yang lebih kompleks dan performa atletik yang optimal. Mereka menyatakan bahwa tanpa penguasaan teknik yang benar, atlet akan kesulitan untuk mengembangkan kemampuan taktis dan fisik secara maksimal. Dalam konteks bola voli, ini berarti pemain yang tidak menguasai teknik servis dengan baik akan kesulitan dalam memulai serangan yang efektif, pemain dengan passing yang buruk akan menyulitkan *setter* dalam membangun serangan, dan seterusnya.

Lebih spesifik mengenai teknik bola voli, Coleman (2005) dalam bukunya "Volleyball Fundamentals" menguraikan secara detail setiap teknik dasar, mulai dari posisi dasar, gerakan kaki, hingga pelaksanaan setiap keterampilan seperti servis, passing, *setting*, *spiking*, dan *blocking*. Coleman menekankan bahwa pemahaman biomekanika yang benar dalam setiap gerakan teknik dasar sangat penting untuk efisiensi gerakan, pencegahan cedera, dan akurasi dalam permainan. Penguasaan teknik yang benar memungkinkan pemain untuk menghasilkan kekuatan dan kontrol yang maksimal dengan usaha yang minimal.

Selanjutnya, McGown (2011) dalam artikelnya "Developing Fundamental Movement Skills in Young Athletes" menyoroti pentingnya tahapan perkembangan keterampilan gerak fundamental sebagai prasyarat untuk penguasaan keterampilan olahraga spesifik. Dalam bola voli putri, ini berarti bahwa kemampuan gerak dasar seperti melempar, menangkap, melompat, dan berlari yang baik akan mempermudah pemain dalam mempelajari dan menguasai teknik-teknik bola voli yang lebih kompleks. Keterampilan dasar bola voli seperti passing dan *setting* melibatkan koordinasi mata-tangan yang baik, sementara *spiking* dan *blocking* membutuhkan kemampuan melompat yang eksplosif dan koordinasi tubuh yang tepat.

Kabupaten Rokan Hulu, sebagai salah satu wilayah di Provinsi Riau, juga memiliki potensi dan dinamika perkembangan olahraga bola voli yang menarik untuk diamati. Keberadaan klub-klub bola voli di berbagai tingkatan

menunjukkan adanya minat dan partisipasi masyarakat dalam olahraga ini. NDO Club merupakan salah satu klub bola voli putri yang aktif di Kabupaten Rokan Hulu. Sebagai sebuah organisasi yang bertujuan untuk mengembangkan potensi atlet bola voli putri di daerah tersebut, NDO Club memiliki peran penting dalam menyediakan wadah latihan, pembinaan, dan partisipasi dalam kompetisi. Potensi yang dimiliki oleh para pemain di NDO Club perlu terus dioptimalkan melalui program latihan yang terarah dan evaluasi yang komprehensif. Pemahaman mengenai tingkat penguasaan teknik dasar para pemain menjadi informasi krusial bagi pelatih dalam merancang program latihan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan tim.

Meskipun NDO Club telah menunjukkan eksistensinya dalam kancah bola voli di Kabupaten Rokan Hulu, informasi yang mendalam mengenai tingkat penguasaan teknik dasar para pemain putri klub ini belum terdokumentasi secara sistematis. Pelatih mungkin memiliki observasi subjektif mengenai kemampuan pemain, namun evaluasi yang terstruktur dan terukur mengenai penguasaan setiap teknik dasar belum tentu dilakukan secara berkala dan komprehensif. Ketiadaan data yang akurat mengenai profil penguasaan teknik dasar ini dapat menghambat upaya pelatih dalam mengidentifikasi area kekuatan dan kelemahan tim secara individual maupun kolektif. Akibatnya, program latihan yang dirancang mungkin kurang spesifik dan tidak sepenuhnya efektif dalam meningkatkan kualitas teknik pemain. Selain itu, tanpa adanya pemahaman yang jelas mengenai tingkat penguasaan teknik dasar, sulit untuk mengukur perkembangan pemain dari waktu ke

waktu dan mengevaluasi efektivitas program pembinaan yang telah diterapkan. Kesenjangan pengetahuan inilah yang menjadi latar belakang perlunya sebuah penelitian yang secara sistematis mengidentifikasi tingkat penguasaan teknik dasar bola voli pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.

Penelitian mengenai identifikasi tingkat penguasaan teknik dasar bola voli pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu memiliki urgensi yang signifikan dalam beberapa aspek. *Pertama*, penelitian ini akan menyediakan data empiris yang akurat mengenai profil kemampuan teknik dasar para pemain, yang dapat menjadi landasan bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih terarah dan individual. *Kedua*, hasil penelitian ini dapat membantu dalam mengidentifikasi potensi dan area yang perlu ditingkatkan pada setiap pemain, sehingga intervensi latihan dapat lebih fokus dan efisien. *Ketiga*, penelitian ini dapat menjadi tolok ukur awal untuk mengevaluasi perkembangan kemampuan teknik pemain seiring berjalannya waktu dan implementasi program latihan yang berbeda. *Keempat*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi informasi bagi pengembangan kurikulum pelatihan bola voli di tingkat klub, khususnya di Kabupaten Rokan Hulu. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan manfaat praktis bagi NDO Club dalam meningkatkan kualitas timnya, tetapi juga memberikan sumbangsih pengetahuan yang lebih luas bagi pengembangan pembinaan bola voli putri di tingkat regional. Hasil penelitian

ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengambilan keputusan strategis dalam upaya memajukan prestasi bola voli putri di Kabupaten Rokan Hulu.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Tidak terukur tingkat penguasaan teknik dasar servis pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
2. Tidak terukur tingkat penguasaan teknik dasar passing (passing bawah dan atas) pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
3. Tidak terukur tingkat penguasaan teknik dasar *set-up* (toss) pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
4. Tidak terukur tingkat penguasaan teknik dasar *spike* (smash) pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
5. Tidak terukur tingkat penguasaan teknik dasar *block* pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
6. Tidak terukur Teknik dasar bola voli mana yang paling dominan dikuasai oleh pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
7. Tidak terukur Teknik dasar bola voli mana yang paling kurang dikuasai oleh pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.
8. Tidak terukur Bagaimana profil penguasaan keseluruhan teknik dasar bola voli pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.

1.3. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah tersebut, maka dapat dibatasi masalahnya, Bagaimana profil penguasaan keseluruhan teknik dasar bola voli pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu.

1.4. Rumusan Masalah

Atas dasar batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah dalam penulisan ini adalah:

1. Bagaimana tingkat penguasaan teknik dasar bola voli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smash, dan block) pada pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu?
2. Teknik dasar bola voli mana yang paling dikuasai dan teknik dasar mana yang paling kurang dikuasai oleh pemain putri NDO Club Kabupaten Rokan Hulu?

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi dan dapat memberikan manfaat yaitu:

1. Bagi Peneliti

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Pasir Pengaraian dan untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu (SI).

2. Bagi Atlet Voli Putri NDO Club.

Hasil penelitian ini akan memberikan umpan balik objektif kepada para atlet mengenai kekuatan dan kelemahan dalam penguasaan teknik dasar, sehingga meningkatkan kesadaran diri, memotivasi mereka untuk fokus pada peningkatan area yang kurang dikuasai, dan pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan performa individu dan tim.

3. Bagi Pelatih

Penelitian ini akan menyediakan data akurat mengenai tingkat penguasaan teknik dasar pemain, memungkinkan pelatih untuk mengevaluasi efektivitas program latihan yang ada, merancang program latihan yang lebih individual dan terarah sesuai kebutuhan pemain, serta mengembangkan strategi tim yang lebih efektif berdasarkan pemahaman kemampuan teknik dasar secara keseluruhan.

4. Bagi Club Putri NDO Kabupaten Rokan Hulu

Penelitian ini dapat menjadi landasan untuk menetapkan standar pembinaan teknik dasar, mengembangkan kurikulum latihan yang lebih sistematis, dan memberikan informasi penting bagi klub dalam mengambil langkah-langkah strategis untuk meningkatkan kualitas pemain dan daya saing tim di berbagai tingkatan kompetisi.

5. Bagi Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Penelitian ini akan menjadi sumber data dan informasi yang berharga untuk memperkaya materi perkuliahan tentang bola voli, memicu penelitian lanjutan dalam bidang pembinaan olahraga, serta berkontribusi

pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan olahraga dan kesehatan, khususnya dalam konteks lokal.

6. Bagi Universitas Pasir Pengaraian

Publikasi hasil penelitian ini dapat meningkatkan reputasi universitas dalam menghasilkan penelitian yang relevan, mempererat kerjasama dengan komunitas olahraga di daerah, serta menjadi wujud kontribusi nyata terhadap Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang penelitian dan pengembangan.

7. Bagi Perpustakaan

Laporan skripsi ini akan menambah koleksi ilmiah perpustakaan, khususnya dalam bidang ilmu keolahragaan, menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa dan peneliti lain yang tertarik dengan topik serupa, serta menjadi dokumentasi penting dari kegiatan akademik dan penelitian di universitas.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1. Kajian Teori

2.1.1. Sejarah Bola Voli

Permainan bola voli menjadi salah satu cabang olahraga permainan yang dikenal oleh seluruh lapisan masyarakat hingga mendunia, hal ini karena bola voli telah banyak dipertandingkan. Ternyata permainan bola voli ini adalah kombinasi dari beberapa permainan bola besar yang dijadikan satu, yaitu: bola basket, baseball, dan bola tangan (handball). Tapi olahraga ini awalnya bukan disebut dengan nama bola voli, melainkan diberi nama olahraga mintonette, Cabang olahraga ini ditemukan pertama kali oleh William G. Morgan. Permainan ini diciptakan pada tahun 1870 dan menjadi salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat. Beliau adalah seorang instruktur pendidikan jasmani atau dalam bahasa Inggris disebut dengan Director of Physical Education di YMCA. Kemudian YMCA itu sendiri adalah singkatan dari Young Men's Christian Association. Yaitu sebuah organisasi yang didirikan untuk mengajarkan ajaran-ajaran utama umat agama Kristen kepada para pemuda.

YMCA didirikan di London, Inggris, pada tanggal 6 Juni 1884 oleh George William, Organisasi ini menyediakan berbagai fasilitas untuk anak-anak muda. Seperti pendidikan luar sekolah, fasilitas olahraga, dan penginapan. Olahraga ini diciptakan oleh William G. Morgan setelah beliau bertemu dengan James Naismith. James Naismith sendiri merupakan orang yang menciptakan cabang olahraga basket. Beliau lahir 6 November 1861,

dan meninggal dunia pada tanggal 28 november 1839. Sama halnya dengan William G.Morgan, James Naismith pun juga mengabdikan hidupnya sebagai instruktur pendidikan jasmani.

William B.Morgan adalah pencetus dari permainan bola voli pada tahun 1895 di Holyoke, Amerika Serikat. William B.Morgan sendiri adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada Young Men Christian Association (YMCA). Karena perkembangan permainan bola voli yang begitu cepat maka YMCA mulai mengadakan kejuaraan bola voli secara nasional. Kemudian permainan bola voli ini menyebar ke seluruh dunia. Pada tahun 1974, pertama kali bola voli dipertandingkan di Polandia dengan peserta yang cukup banyak. Pada tahun 1984 didirikan Federasi Bola Voli Internasional atau International Volley Ball Federation (IVBF) yang saat itu beranggotakan 15 negara dan berkedudukan di Paris. Organisasi ini sebagai induk dari permainan bola voli internasional (Agus Kristianto: 2010).

Permainan bola voli masuk ke Indonesia pada zaman penjajahan Belanda, tahun 1928, namun pada saat itu, bola voli hanya dimainkan oleh orang-orang Belanda dan para bangsawan. Karena pada saat itu, untuk mengembangkan olahraga(termasuk olahraga bola voli) di Indonesia, guru-guru pendidikan jasmani didatangkan dari Belanda. Selain para guru pendidikan jasmani, para tentara pun punya peran dalam pengenalan dan pengembangan permainan bola voli di Indonesia. Permainan olahraga bola voli berkembang dengan begitu pesatnya di Indonesia. Sehingga, tak butuh

waktu lama, mulai bermunculan klub-klub bola voli di kota-kota besar Indonesia.

Tujuan dari permainan bola voli yaitu menyeberangkan bola ke daerah lapangan permainan lawan sesulit mungkin untuk dijatuhkan atau mematikan bola agar memperoleh kemenangan. Sedangkan tujuannya adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di petak lawan, dan menjaga agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Dengan demikian jelas bahwa permainan bolavoli ini cukup sederhana dan tidak memerlukan peralatan yang banyak. Namun demikian setiap regu harus memiliki pemain yang memiliki teknik, fisik, taktik, dan mental yang memadai, serta kerja sama yang baik antara para pemain. Permainan bolavoli bisa berlangsung jika ada peraturan-peraturan yang mengaturnya, sebagaimana diungkapkan Bachtiar, dkk. "Permainan bola voli akan berlangsung jika ada peraturan-peraturan yang mengatur baik mengenai bola, net, perlengkapan dan lapangan yang dipergunakan, cara memainkan bola oleh pemain, wasit dan official pertandingan yang membantu, sehingga permainan dapat berjalan dengan lancar

2.1.2. Hakikat Bola Voli

Menurut Sapulete, Fauzi, dan Haryawan (2021) Bola voli merupakan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim berjumlah 6 pemain. Setiap pemain memiliki keterampilan khusus yakni sebagai pemukul, pengumpan libero. Permainan bola voli dimainkan satu bola yang dipantulkan dengan batas tiga kali sentuhan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara

passing yang diakhiri dengan pukulan smash pada tim lawan, dan untuk tim dipisahkan oleh ketinggian tertentu atau net. Permainan bola voli saat ini mengalami perkembangan yang pesat terbukti dengan munculnya klub-klub pelajar dan Pemain-Pemain bola voli tingkat Permainan bolavoli merupakan ppelajar baik di tingkat sekolah menengah pertama, menengah atas, dan perguruan tinggi di indonesia. Ditunjang dengan seringnya diadakan turnamen dan *event-event* pelajar tingkat daerah hingga nasional. (Fatah Firmansyah et al., 2022).

Bola voli merupakan olahraga permainan yang didalamnya membutuhkan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam waktu yang singkat. Menganalisa arah bola serta melaksanakan strategi penyerangan membutuhkan kemampuan itelegensi yang baik dari pemain bola voli (Hermanzoni, 2017). Teknik dasar merupakan suatu proses gerakan yang dibuktikan dalam praktek dengan cara paling efektif dan efisien, penguasaan kemampuan teknik dasar bola voli yang baik mempunyai pengaruh pada peningkatan prestasi bola voli (Sahadudin, 2018). Permainan bola voli memiliki teknik dasar antara lain, servis, passing, smash, dan block (Ozon & Sistiasih, 2023).

Bola voli dengan karakteristik permainan yang cepat membuat waktu permainan menjadi terbatas, penguasaan teknik yang tidak memungkinkan untuk melakukan kesalahan-kesalahan (Heri, dkk, 2014). Kesalahan yang dibuat ketika bertanding akan sangat merugikan bagi tim ketika bertanding oleh sebab itu penguasaan teknik menjadi dasar agar suatu tim dapat

menggapai kemenangan. Adapun faktor pencapaian prestasi mulai dari diri Pemain sendiri faktor internal seperti kemampuan fisik, teknik, taktis dan mental sangat diperlukan sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi Pemain dari luarseperti pelatih, pembina, cuaca, gizi, sarana, organisasi, penonton, wasit, dan keluarga. Agar dapat tercapainya prestasi olahraga diperlukannya usaha yang matang dengan cara pembinaan diri, penguasaan teknik dan taktik (Pujianto : 2015).

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pada hakikatnya permainan bolavoli merupakan permainan yang dimainkan oleh regu yang terdiri dari enam orang, dibatasi oleh net dan bola dimainkan satu atau dua tangan atau bagian tubuh lainnya sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan bola agar tidak mati di petak lapangan sendiri.

2.1.3. Teknik Dasar Bola Voli

Teknik dasar merupakan salah satu faktor yang penting di dalam pencapaian prestasi. Keberhasilan suatu tim dalam pertandingan olahraga menuntut adanya suatu penguasaan terhadap teknik dasar, karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik memungkinkan seorang pemain dapat menampilkan suatu permainan yang bermutu dan menggunakan taktik permainan yang baik pula.

Pemain bola voli dituntut dapat melakukan gerakan yang terangkum dalam berbagai teknik dasar yang benar, jika teknik dapat dikuasai dengan benar maka dalam bermain akan mudah mengkombinasikan dan

mengembangkan berbagai macam gerakan. Ketrampilan memainkan bola secara individu oleh masing-masing pemain merupakan metode dasar dalam permainan bola voli.

Teknik dasar merupakan kemampuan yang dasar dalam permainan bola voli, penguasaan teknik dasar sebagai dasar dalam bermain voli terlebih lagi bagi Pemain sangat lah penting sebagaimana (Ferawati et al., 2022) menyebutkan teknik dasar bola voli diantaranya service, passing, smash, dan block untuk service dibagi menjadi dua yaitu atas dan bawah sedangkan passing juga ada passing atas dan bawah. Dijelaskan bahwa teknik dasar menjadi modal awal bila ingin bermain bola voli yang baik dan efektif maka ada faktor lain yang membuat Pemain dapat tampil dengan performa sesungguhnya adapun faktor tersebut adalah mental atau psikis Pemain dalam hal ini kecemasan bertanding. kecemasan yang dialami Pemain ketika bertanding muncul karena faktor diantaranya tuntutan dari pelatih, kondisi arena atau lapangan bertanding, penonton dan Hasil akhir dari pertandingan. Kecemasan memiliki pengertian reaksi emotional yang muncul terhadap sesuatu yang tidak pasti hingga memunculkan perasaan cemas (Ikhsan et al., 2016).

Mengingat pentingnya penguasaan teknik dasar bola voli maka kiranya setiap pemain bola voli secara perorangan harus berusaha meningkatkan teknik dasar didalam permainan bola voli secara menyeluruh dan sempurna. Permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain *servis*, *passing*, *smash*, dan *block*. Keswando, Septi

Sistiasih, and Marsudiyanto (2022). Keempat teknik dasar tersebut merupakan modal yang harus dipelajari sebelum bermain bola voli.

a. *Passing*

Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* juga digunakan saat pola pertahanan dan penyerangan yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat disebrangkan kearah lawan dalam bentuk smash. Teknik *passing* dapat dilakukan dengan baik dengan *passing* atas maupun *passing* bawah.

Berdasarkan macam-macam teknik dasar passing dalam permainanbola voli maka teknik passing yang dibedakan menjadi dua yaitu teknik dasar passing atas dan passing bawah :

a) *Passing Bawah*

Passing bawah merupakan elemen pokok/utama untuk pertahanan dan sekaligus dapat untuk membangun suatu serangan. Pada passing bawah dapat dicapai ketepatan yang sama seperti pada passing atas untuk itu perlu latihan teknik passing bawah yang benar. Menurut (Viera, L, 2004) passing bawah atau operan lengan bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang harus di pelajari lebih tegasnya Barbara & Bonnie mengatakan bahwa “operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang service. Operan ini digunakan untuk menerima service, menerima spike, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang terpantul di net”(Prastyawan, 2022).

Passing bawah dalam permainan bolavoli adalah suatu keterampilan teknik yang sangat mendasar. Teknik *passing* bawah dapat dilakukan untuk menerima servis dari lawan, pengembalian bola dari serangan lawan dan bisa juga digunakan untuk meng*passing* . Pelaksanaan *passing* bawah dilakukan didepan badan setinggi perut kebawah. Menurut Sarumpaet (1992:91) tentang cara-cara pelaksanaan*passing* bawah : “Sikap permulaan badan adalah sedemikian rupa sehingga dalam keadaan setimbang labil, lengan dijulurkan ke depan bawah siku tidak ditekuk (sudut antara lengan dan badan kira-kira 45 derajat). Badan agak dibungkukkan, kaki seperti hendak melangkah dengan posisi kaki selebar bahu, lutut di tekuk, kedua lengan bawah dirapatkan sampai siku, sementara jari-jari tangan yang satu memegang jari-jari tangan lainnya”.

Passing bawah ini sering digunakan bila bola yang datang lebih rendah dari pinggang. (1) *Passing* bawah dengan satu tangan. Cara ini sering dipergunakan untuk menerima bola yang mudah dan beradaagak jauh disamping badan, lengan penerima ditempatkan sejauh jangkauan pada bola, bagian telapak tangan diarahkan pada bola, kaki yang didepan lebih rendah dari yang lainnya dan 11 lutut ditekuk, bola disentuh dengan bagian lengan yaitu pergelangan tangan atau di atas pergelangan tangan (antara pergelangan tangan dan siku). (2) *Passing* bawah dengan dua tangan. Teknik ini penting dikuasai karena digunakan untuk menerima servis yang keras, floating dan bola berputar juga untuk bola smash, tetapi yang berbeda

adalah sikap tangan dan sikap kaki, badan hampir sama dengan tangan (Sarumpaet, 1990).



Gambar 2.1 : Sikap Badan Melakukan *Passing Bawah*

Sumber : Agus Mukholid (2004)

b) *Passing Atas*

Passing atas merupakan elemen terpenting dalam permainan bola voli. Tanpa teknik ini tidak mungkin dapat dilakukan suatu serangan yang berarti. Apabila *passing atas* digunakan secara bervariasi, maka seluruh potensi penyerangan tim/regu dapat dimanfaatkan.

Menurut Sarumpaet (1992) tentang cara–cara pelaksanaan *passing atas*: “Sikap badan adalah sedemikian rupa sehingga dapat bergerak dengan cepat ke arah yang diinginkan, kaki sejajar atau muka belakang, lutut ditekuk, tumit diangkat dan badan sedikit condong kedepan. Tangan siap didepan dada, telapak tangan menghadang ke arah bola didepan dahi. Pada waktu akan melakukan *passing atas*, segera badan bersiap, tangan menyongsong bola dengan bijak dan enak. Telapak tangan beserta jari– jari membentuk setengah bulatan, jari-jari renggang dan diakhiri dengan kedua ibu jari membentuk sudut. Pada saat bola dekat menuju ke telapak tangan, jari-jari

agak ditegangkan lengan bawah agak ditarik ke belakang, kemudian digerakkan ke arah bola. Pada saat perkenaan dengan bola, telapak tangan dilecutkan dari pergelangan tangan. Pandangan ke arahjalannya bola. Sikap badan secara menyeluruh harus rileks dan gerakantangan dan kaki harus selaras. Perlu diingat bahwa passing atas dapat dilakukan apabila bola datangnya setinggi bahu ke atas”.



Gambar 2.2 : Sikap Badan Melakukan *Passing* Atas

Sumber : Sukirno Dan Waluyo (2012)

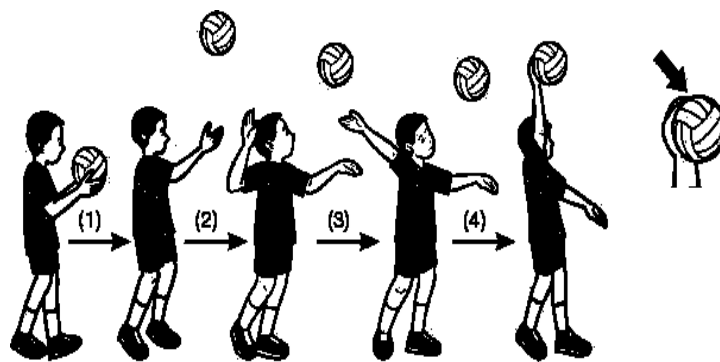
a. Servis

Servis adalah suatu upaya seorang pemain untuk menyebrangkan bola melewati atas net dari luar garis belakang lapangannya yang merupakan awalan dari suatu serangkaian. Servis memberikan kemungkinan kepada setiap pemain untuk menghasilkan point atau angka tanpa bantuan pemain lain. Apabila suatu tim kehilangan kesempatan servis, maka tim tersebut juga kehilangan kemungkinan untuk memperoleh angka. (Gunter Blume 2004). Servis terdiri dari tangan atas dan servis tangan bawah servis, maka tim tersebut juga kehilangan kemungkinan untuk memperoleh angka.

(Gunter Blume 2004). Servis terdiri dari tangan atas dan servis tangan bawah.

a) Servis Tangan Atas

Servis atas adalah servis dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian server melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas. Proses gerakan servis yaitu berdiri pada petak servis atau dibelakang garis akhir, posisi tubuh dan pandangan menghadap depan lapangan pemain. Kedua tungkai berdiri seperti melangkah rileks, kedua kaki terbuka selebar bahu. Bila servis tangan kanan maka kaki kiri didepan. Jalan gerak ayunan, setelah dilambungkan bola terjadi perpindahan titik berat. Titik berat tubuh yang berada pada kedua kaki berpindah ke kaki yang dibelakang, tubuh atas sedikit membungkuk kebelakang, lengan pemukul dibawah kebelakang dan pada saat itu siku sedikit ditekuk, jalan gerakan pukulan, titik balik bola yang dilambung awal gerakan memukul dari lengan pemukul. lengan ini bergerak cepat kedepan atas, kemudian terjadi perpindahan titik berat tubuh dari kaki belakang ke kaki depan. Bola dipukul dengan meluruskan lengan dan telapak tangan terbuka dalam ketinggian maksimal, setelah bola dipukul titik berat tubuh berpindah dengan melangkah kedepan.

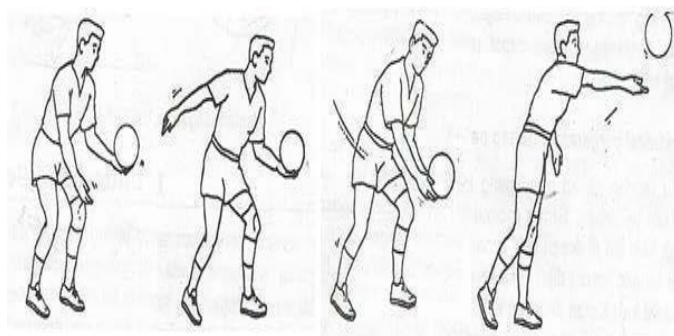


Gambar 2.3 : Sikap Badan Melakukan Service Atas

Sumber : (Gunter Blume 2004)

b) Servis Tangan Bawah

Servis bawah adalah servis dengan awalan bola berada ditangan yang tidak memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah. Servis bawah adalah servis yang paling sederhana dan sangat mudah dikuasai. Proses gerakan servis yaitu kedua tungkai berdiri seperti melangkah rileks, kedua kaki terbuka selebar bahu. Bila servis tangan kanan maka kaki kiri didepan dan sebaliknya. Tubuh sedikit membungkuk ke depan 14 lengan pemukul diluruskan dan diayun disamping badan atau dengan ayunan tangan dari bawah.



Gambar 2.4 : Sikap Badan Melakukan Service Bawah

Sumber : (Guntor Blume 2004)

c) *Smash*

Teknik smash didalam melakukan serangan pada permainan bolavoli merupakan serangan yang mematikan, banyak point didapat dari Hasil smash yang akurat dan tajam, maka teknik smash sering disebut sebagai teknik pamungkas untuk mendapatkan point, seorang smasher dalam membentuk pola serangan pukulan yang keras dilakukan pada saat waktu bola berada diatas jarring, untuk dimasukkan ke daerah lawan.

Sedangkan posisi tangan berada di bagian atas bola untuk meningkatkan kekuatan pukulan seorang smasher harus memiliki kelenturan pada batang badannya, bertujuan untuk melentingkan badan, sebagai gerakan aksi dengan harapan pada saat melakukan pukulan akan mendapatkan reaksi yang keras.(Sukirno dan waluyo, 2012).

b. Awalan

Berdiri dengan salah satu kaki dibelakang sesuai dengan kebiasaan individu (tergantung smasher normal atau smasher kidal). Langkahkan kakisatu langkah kedepan (pemain yang baik, dapat mengambil ancang-ancang sebanyak 2 sampai 4 langkah), kedua lengan mulai bergerak kebelakang, berat badan berangsur- ransur merendah untuk melakukan tolakan.

c. Tolakan

Langkahkan kaki selanjutnya, hingga kedua telapak kaki hampir sejajar dengan salah satu kaki agak kedepan sedikit untuk mengerem gerak kedepan dan sebagai persiapan meloncat ke arah vertical. Ayunkan kedua lengan kebelakang atas sebatas kemampuan, kaki ditekuk sehingga lutut membuat sudut ± 110 ,

badan siap untuk meloncat dengan berat badan lebih banyak bertumpuh pada kaki yang didepan.

d. Meloncat

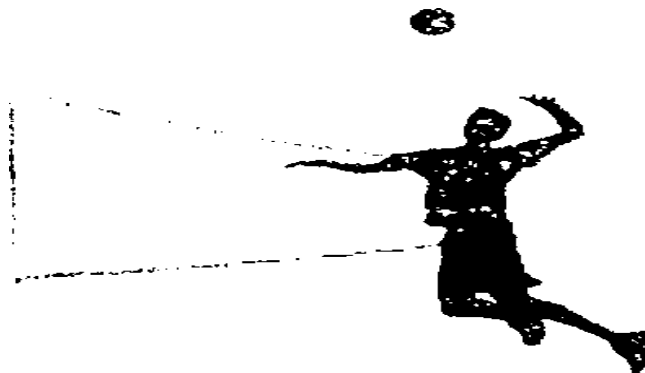
Mulailah meloncat dengan tumit dan jari kaki menghentak lantai dan mengayunkan kedua lengan kedepan atas saat kedua kaki mendorong naik keatas. Telapak kaki, pergelangan tangan, pinggul dan batang tubuh digerakkan serasi merupakan rangkaian gerak yang sempurna. Gerakan eksplosif dan loncatan vertical.

e. Memukul

Jarak bola didepan atas sejagkaun lengan pemukul, segera lecutkan lengan kebelakang kepala dan dengan cepat lecutkan kedepansejangkauan lengan terpanjang dan tertinggi terhadap bola. Pukul bola secepat dan setinggi mungkin, perkenaan bola dengan telapak tangan tepat diatas tengah bola bagian atas. Pergelangan tangan aktif menghentak kedepan dengan telapak tangan dan jari menutup bola. Setelah perkenaan bola lengan pemukul membuat gerakan lanjutan kearah lanjutan kearah garis tengah badan dan dengan diikuti gerak tubuh membungkuk. Gerak lecutan lengan, telapak tangan, badan, tangan yang tidak memukul dan kaki harus harmonis dan eksplosif untuk menjaga keseimbangan saat berada diudara. Pukulan yang benar akan menghasilkan bola keras dan cepat turun kelantai.

f. Mendarat

Mendarat dengan kedua kaki mengeper. Lutut lentur saat mendarat untuk meredam perkenaan kaki dengan lantai, mendarat dengan jari- jari kaki (telapak kaki bagian depan) dan sikap badan condong kedepan. Usahakan tempat mendarat kedua kaki hamper sama dengan tempat saat meloncat.



Gambar 2.5 Sikap Badan Melakukan *Smash*

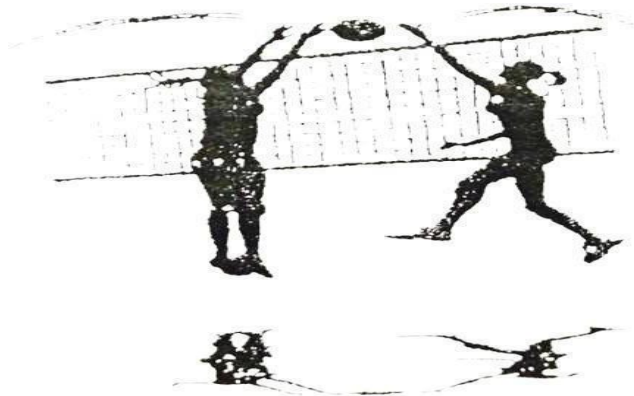
Sumber : Sukirno dan Waluyo (2012)

g. Membendung (*blocking*)

Gerakan blok dalam permainan bola voli merupakan salah satu teknik dasar yang harus dipelajari oleh seorang pemain. Blok merupakan usaha seorang pemain atau beberapa pemain untuk menahan atau membendung serangan lawan terutama pada saat lawan melakukan smash. Adapun gerakan yang dilakukan seorang pemain atau beberapa pemain melakukan gerakan didekat jarring (net) untuk mencoba menahan atau menghalangi bola yang datang dari daerah lawan, dengan melakukan sikap memblock atau membendung serangan lawan dan gerakan ini harus dilakukan dengan benar. Aadaapun langkah-langkah yang harus diperhatikan adalah:

1. Harus melakukan sikap jongkok, bersiap untuk melakukan lompatan.
2. Melakukan loncatan dengan dua kaki tumpuan dan kedua tangan rapat serta lurus keatas.

3. Pada saat melakukan pendaratan hedaknya langsung segera menghindar, untuk memberikan kesempatan kepada kawan satu tim untuk bergantian melakukan blok atau membendung bola.



Gambar 2.6 : Sikap Badan Melakukan Block

Sumber : Sukirno dan Waluyo (2012)

2.1.4 Latihan Teknik

Latihan dalam bidang olahraga merupakan kegiatan yang terstruktur dan dilakukan secara konsisten untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Sukadiyanto, 2011: 6). Tujuan ini mencakup pencapaian fisik, mental, dan kerja tim yang sinkron antara individu dan tim. Sukadiyanto (2011: 6) juga menjelaskan bahwa latihan (*training*) adalah proses latihan olahraga yang dilakukan secara teori dan praktik menggunakan metode dan aturan yang tepat untuk mencapai tujuan latihan tepat waktu. Dalam konteks ini, latihan bukan hanya sekadar aktivitas fisik, tetapi juga melibatkan perencanaan, metode, dan evaluasi yang sistematis untuk mencapai Hasil yang optimal.

Selain *training*, terdapat juga konsep *practice* dan *exercise* dalam latihan olahraga. *Practice* adalah aktivitas gerakan dalam meningkatkan

keterampilan olahraga menggunakan bantuan peralatan olahraga yang sesuai dengan tujuan dan kebutuhan (Sukadiyanto, 2011: 7). Sementara itu, *exercise* merupakan perangkat utama dalam proses latihan untuk meningkatkan fungsi organ tubuh sehingga kemampuan gerak motorik tubuh menjadi lebih baik. Ketiga konsep ini saling berkaitan dan mendukung satu sama lain dalam mencapai tujuan latihan yang diinginkan.

Latihan dalam olahraga adalah proses yang kompleks dan terstruktur, melibatkan berbagai aspek seperti *training*, *practice*, dan *exercise*. Ketiga aspek ini memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan fisik, mental, dan keterampilan olahraga. Dengan latihan yang terprogram dan terarah, Pemain dapat mencapai prestasi yang optimal sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan

2.1.5 Sarana Dan Prasarana Bola voli

Dalam peraturan permainan bolavoli membutuhkan kriteria lapangan tertentu, yaitu dengan standarnya. Menurut Sukirno dan Waluyo (2012) kriterianya sebagai berikut:

- a. Ukuran lapangan bola voli yang umum adalah 18 meter x 9 meter.
- b. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring).
- c. Garis tepi lapangan adalah 5 cm.
- d. Ukuran jaring net tidak lebih dari 9,50 m dan lebar tidak lebih dari 1,00 m
- e. Tinggi net putra 2,43 m, Tinggi net putri 2,24 m 7. Lebar mata jarring net 10x10 cm.
- f. Tinggi tongkat atau rod 80 cm dari tepi jarring, Panjang tongkat 180 cm.

Sumber: Sukirno dan Waluyo (2012)

1. Bolanya harus berbentuk bulat, Harus terbuat dari kulit yang lunak atau bahan sintetis.
2. Diameter bolanya antara 65 – 67 cm dan dengan massa sebesar 260 – 280 gram.
3. Bolanya juga harus berkombinasi warna, Tekanan udara dalam bola harus 0,50-0,525 kc/cm² (294,3-318,82 mbar atau hpa)

Tidak setiap arena terbuka boleh/baik untuk lapangan olahraga bola voli.

1. Permukaan lapangan harus datar, rata, seragam baha, sehingga tidak menimbulkan risiko. Permukaan lapangan yang baik terbuat dari papan kayu atau bahan sintesis. Jangan bermain diatas lapangan rumput karena licin.

2. Pada lapangan tertutup (*indoor*) harus satu warna yang terang, garis-garis harus jelas (umumnya berwarna putih).
3. Pada lapangan terbuka (*outdoor*) harus dibuat sedikit miring agar ketika terdapat air di atasnya, air tersebut akan mudah mengalir keluar lapangan sehingga lapangan cepat kering. Dianjurkan garis-garis tidak terbuat dari benda keras.

b. Peraturan Permainan

Regu/Tim Setiap regu terdiri dari 6 orang pemain, dimana 3 orang sebagai pemain depan dan 3 orang lagi sebagai pemain belakang (lihat fungsi pemain halaman). Lapangan permainan dibagi atas enam zone, dimana zone ini yang membagi posisi-posisi pemain. Didalam setiap regu terdapat 6 pemain cadangan.

2.2 Penelitian Yang Relevan

Ada beberapa Skripsi terdahulu yang relevan atau berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

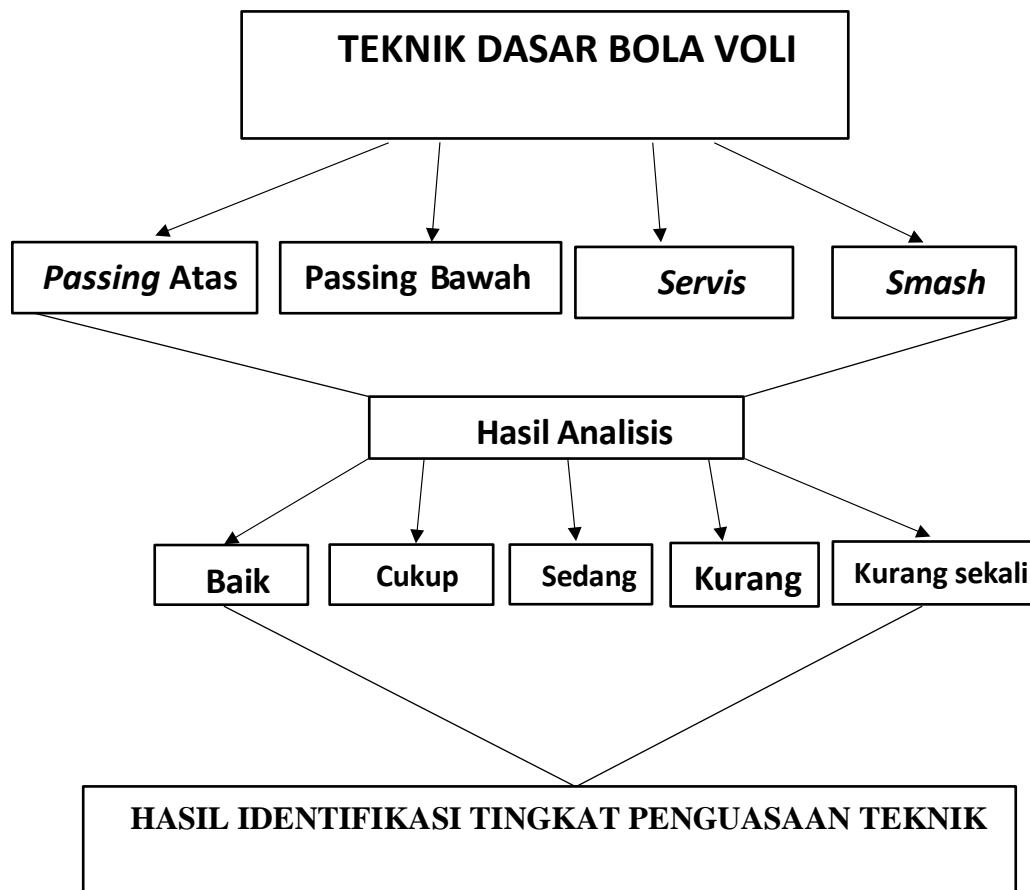
1. IrfanZinat Achmad dkk. (2018/2019) meneliti tingkat keterampilan teknik dasar bola voli mahasiswa PJKR semester II Universitas Singa Perbangsa Karawang. Penelitian deskriptif ini menggunakan metode survei dengan memberikan tes. Persamaannya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama mengetes teknik dasar bola voli. Perbedaannya terletak pada instrumen tes; penelitian sebelumnya menguji passing bawah, servis, smash, dan blok, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menguji passing, servis, dan smash.
2. Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pasing Atas Siswa Ektrakurikuler Tindak Lanjut Pembinaan Prestasi Siswa SMPN 3 Banjarbaru tahun 2024, Metode Penelitian Metode deskriptif kuantitatif, teknik pengumpulan data menggunakan Braddy Wall Volleyball modifikasi, Subjek penelitian: Peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 3 Banjarbaru (16 peserta), Teknik pengambilan sampel: Total sampling. Teknik analisis data:

Statistik deskriptif dengan rumus persentase, dengan hasil Penelitian Tingkat kemampuan passing atas peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 3 Banjarbaru dikategorikan, Sangat baik: 0 peserta (0%), Baik: 0 peserta (0%), Sedang: 3 peserta (18,75%), Kurang: 10 peserta (62,5%), Kurang sekali: 3 peserta (18,75%), dengan kesimpulan Tingkat kemampuan passing atas peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 3 Banjarbaru didominasi kategori "Kurang" (62,5%).

3. Skripsi dari Syamsuryadin, Fauzi, Amri Hartanto, Betrix Teofa Perkasa Telah melakukan penelitian dengan judul: analisis Teknik dasar open smash pada Pemain bola voli kabupaten sleman”. Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif menggunakan metode deskriptif. Populasi penelitian ini adalah Pemain klub bola voli yuso yang berjumlah 28 pemain. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling* berjumlah 14 Pemain, dengan kriteria Pemain remaja putra dan putri. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti ialah sama-sama melakukan tes Teknik dasar. Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada instrument tes pengukuran Teknik dasar yaitu, peneliti sebelumnya melakukan tes smash sebanyak 5 kali yang diumpangkan peneliti, sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu tes passing, servis, dan smash.

2.3 Kerangka Konseptual

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang familiar dikalangan masyarakat, permainan bola voli dimainkan 6 orang setiap regunya. Permainan ini dapat dilakukan diatas lapangan yang dibatasi dengan net, dapat dilakukan di dalam ruangan maupun di luar ruangan. Olahraga bola voli merupakan kegiatan yang memberikan kesempatan kepada bagi para Pemain untuk mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki dibidang olahraga.



Gambar 2.8 Kerangka Berpikir

Berdasarkan judul yang diangkat” Identifikasi Tingkat Penguasaan Teknik Dasar Bola Voli Putri Ndo Club Kabupaten Rokan Hulu”. Dan dari gambar kerangka berpikir diatas, yang menjadi objek penelitian ialah Pemain Bola Voli Putri Ndo Club Kabupaten Rokan Hulu. Untuk Mendapatkan Data, Peneliti Akan Menggunakan Tes (1) *passing* bawah; (2) *passing* Atas; 3) *servis*; (4) *smash*.

1. *Passing* bawah, gerakan *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar pada permainan bola voli, Bahkan *passing* bawah merupakan teknik yang sangat penting terutama untuk menahan serangan lawan. Pada bola-bola

smash yang sangat keras seorang pemain voli harus mahir dalam melakukan teknik passing bawah.

2. *Servis* merupakan servis dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian server melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas.
3. *Smash* merupakan serangan mematikan , banyak poin di dapat dari Hasil smash yang akurat dan tajam. Maka smash sering disebut sebagai teknik pemungkas untuk mendapatkan poin seorang smasher dalam membentuk pola serangan pukulan yang keras dilakukan pada saat waktu bola berada di atas jaring.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Jenis penelitian ini dipilih karena bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis teknik dasar bola voli pada tim putra. Penelitian deskriptif, seperti yang dinyatakan oleh Winarno (Jambi, 2021), bertujuan untuk memaparkan peristiwa yang terjadi pada masa kini berdasarkan fakta yang diperoleh di lapangan. Metode kuantitatif, menurut A. Sodik (Jambi, 2021), menggunakan data berupa angka sebagai alat analisis. Dalam penelitian ini, data kuantitatif mengenai teknik dasar bola voli akan dikumpulkan melalui tes dan pengukuran.

3.2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klub Bola Voli Putri NDO CLUB Kabupaten Rokan Hulu Pada tanggal 23 Mei sampai tanggal 24 Mei 2025. Pengumpulan data pada tanggal 27 Mei 2025.

3.3. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Menurut Sugiyono (2019:145) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek-obyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya sekedar orang, tetapi obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang

dimiliki oleh subyek atau obyek itu. Pada penelitian ini peneliti mengambil populasi dari seluruh Pemain berjumlah 16 (dua puluh) Pemain.

c. Sampel.

Menurut Sugiyono (2019) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pada penelitian ini, teknik pengambilan atau penarikan sampelnya yaitu dengan cara total Sampling. total sampling Yang artinya, teknik pengambilan sampel menggunakan seluruh anggota populasi (semua populasi dijadikan sampel Berjumlah 16 orang). Sugiyono (2011).

Tabel 3.1 Nama Sampel

NO	NAMA	UMUR
1	AR	16 Tahun
2	DF	16 Tahun
3	AM	16 Tahun
4	CT	16 Tahun
5	FN	16 Tahun
6	AS	16 Tahun
7	RA	16 Tahun
8	NTH	16 Tahun
9	KS	16 Tahun
10	MF	16 Tahun
11	AA	16 Tahun
12	HN	16 Tahun
13	KR	16 Tahun
14	NN	16 Tahun
15	FH	16 Tahun
16	HH	16 Tahun

Sumber: Pelatih Bola Voli Putri Ndo Club Kabupaten Rokan Hulu

3.4. Defenisi Operasional Penelitian

Pada penelitian ini agar tidak terjadi kesalahan penafsiran dan persepsi, serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai masalah yang dibicarakan sehingga tidak terjadi kesalah pahaman dan dapat dimengerti oleh semua pihak maka penelitian ini terdapat beberapa definisi operasional yang perlu diketahui. Definisi operasional dalam bentuk variabel disusun untuk mempermudah pengukuran. Variabel adalah suatu atribut, sifat, nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Passing untuk mengukur ketepatan mengarahkan bola saat passing, Servis untuk mengukur ketepatan dan kecepatan bola dalam servis dengan gerakan koordinasi yang meliputi unsur reaksi ketetapan keluwesaan dan kecepatan, dan Smash untuk mengukur ketepatan mengarahkan bola dengan cepat dalam smash dengan cepat dalam smash.

Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoper bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri.

Smash adalah pukulan yang paling utama dalam melakukan penyerangan ke daerah lawan. Smash merupakan modal untuk mendapatkan poin atau angka dan juga untuk mematahkan serangan lawan.

Servis adalah sentuhan pertama bola. Mula-mula servis ini hanya di anggap sebagai pukulan permulaan saja, cara melempar bola untuk memulai permainan

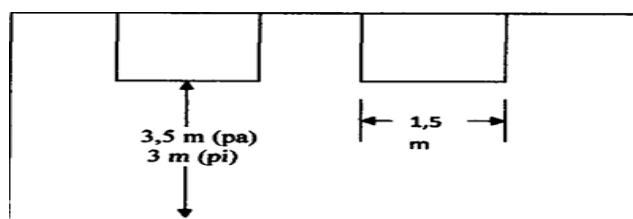
tetapi servis ini kemudian berkembang menjadi suatu senjata yang ampuh untuk menyerang.

3.5. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes pengukuran. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode tes dan pengukuran sebagai berikut:

1. *Passing* (Mengoper Bola)

- a) Tujuan Tes ini digunakan untuk mengukur ketrampilan *passing* bawah dan *passing* atas.
- b) Alat atau perlengkapan
 - 1) Dinding tembok untuk petak sasaran.
 - 2) Bola voli 3 buah, Stop watch.
- c) Petunjuk pelaksanaan
 - 1) Testi berdiri dibawah petak sasaran.
 - 2) Begitu ada aba-aba dimulainya tes, stopwatch dijalankan selama 1 menit, dan bola dilemparkan kedinding.
 - 3) Setelah bola memantul kembali, bola di *passing* kedinding tertuju kepada kotak sasaran. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar dibawah.



Gambar 3.1 Lapangan untuk tes Passing
Sumber : (Nurhasan 2001)

d) Cara Menskor/Menghitung.

- 1) Bola yang di pass secara sah sesuai dengan peraturan permainan bola voli selama 1 menit.
- 2) Jumlah sentuhan-sentuhan yang sah dengan bola mengenai dinding pada petak sasaran atau bola mengenai garis kotak sasaran.

e) Tidak diberi angka

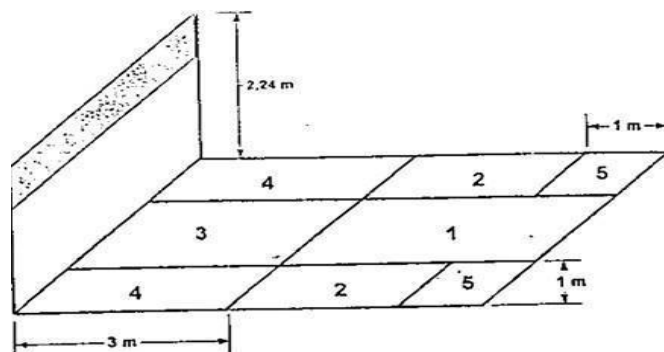
- 1) Bola yang ditangkap atau tidak dapat dikuasai.
- 2) Bola menyentuh lantai, dimulai dengan lemparan
- 3) Lemparan-lemparan tidak dihitung

2. Tes *service*

- a. Tujuan Tes ini digunakan sebagai suatu tes untuk mengukur kemampuan mengarahkan bola *service* ke daerah sasaran dengan tepat dan terarah.
- b. Alat yang digunakan:
 - a) lapangan bola voli.
 - b) net dan tiang net
 - c) tiang bambu 2 buah.
 - d) tambang plastik 30 meter
 - e) bola voli.
- c. petunjuk pelaksanaan
 - a) *Testee* berada dalam daerah dan melakukan servis.
 - b) Bentuk pukulan adalah *service* atas.
 - c) Kesempatan melakukan *service* sebanyak 6x pengulangan

d. Cara menskor/menghitung

- a) Skor setiap servisnya ditentukan oleh tinggi bola melampaui jarring dan angka sasaran Dimana bola jatuh.
- b) Bola yang melewati jarring diantara batas jarring dan tali setinggi 50 cm, skor adalah angka sasaran x3.
- c) Bola yang melewati jarring diantara kedua tali yang direntangkan skor adalah angka sasaran x2.
- d) Apabila bola melampaui jarring lebih tinggi skor adalah angka sasaran.
- e) Bola yang menyentuh tali batas diatas jarring, dihitung telah mengenai sasaran dengan angka yang lebih besar.
- f) Bola yang menyentuh garis batas sasaran dihitung telah mengenai sasaran dengan angka yang lebih besar
- g) Skor untuk servis adalah jumlah dari 4 skor Hasil pukulan terbaik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pelaksanaan tes servis ini dapat dilihat pada gambar lapangan tes dibawah:



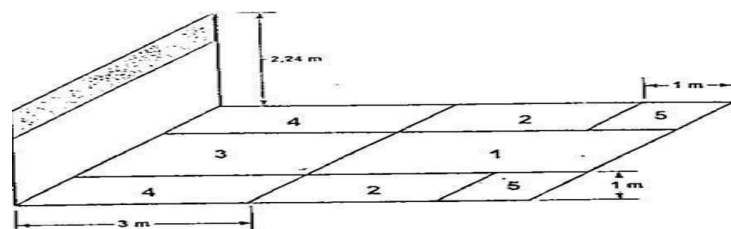
Gambar 3.2 Lapangan untuk tes servis

Sumber: (Nurhasan 2001)

- h) Bola yang dimainkan secara tidak sah atau bola menyentuh jarring dan atau jatuh diluar bagian lapangan dimana terdapat sasaran, mak skor adalah 0 (nol).

3. Tes *Smash*

- a. Tujuan tes ini untuk mengukur keterampilan *spike/smash* untuk serangan kesasaran dengan cepat dan terarah.
- b. Alat yang digunakan
 - a. Lapangan bola voli.
 - b. Net dan tiang net
 - c. Stopwatch
 - d. Bola voli 5 buah
- c. Petunjuk Pelaksanaan
 - a) *Testee* berada dalam daerah serang atau bebas didalam lapangan bermain.
 - b) Bola dilambungkan atau diumpun dekat atas jaring kearah *testee*.
 - c) Dengan awalan atau tanpa awalan, *testee* meloncat dan memukul bola melampaui atas jaring kedalam lapangan disebaliknya dimana terdapat sasaran dengan angka-angka.
 - d) Stopwatch dijalankan ketika bola tersentuh oleh *testee* dan dihentikan pada saat bola menyentuh lantai. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar lapangan tes *spike/smash* dibawah ini:



Gambar 3.3 Lapangan untuk tes smash

Sumber: (Nurhasan 2001)

d. Cara menskor/menghitung

- a. Skor terdiri atas dua bagian yang tidak bias dipisahkan, yaitu angka sasaran plus waktu dari kecepatan jalannya bola.
- b. Skor waktu dalam detik hingga persepuluhnya.
- c. Bola yang menyentuh batas sasaran, dihitung telah masuk sasaran dengan angka yang lebih besar.
- d. Skor = nol, jika pemukul menyentuh jarring net atau diluar sasaran meskipun skor = nol waktu tetap dicatat.

Keempat skor mentah yang didapat melalui tes keterampilan bermain bola voli ditafsirkan ke dalam norma tes keterampilan bola voli. Berdasarkan Standar Penilaian AAHPERD Volleyball Test Norms dalam Winarno (2006:39-42) dengan norma sebagai berikut:

Tabel 3.2 Norma Tes Keterampilan Bola Voli

Nilai Keterampilan	Golongan	Skor Keterampilan
75-100	Baik	5
58-<75	Cukup	4
42-<58	Sedang	3
25-<42	Kurang	2
0-<25	Kurang sekali	1

Sumber : Tapo (2020)

3.6. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini berupa Hasil tes dan pengukuran analisis teknik dasar Tim Bola Voli Putri Ndo Club Kabupaten Rokan Hulu. Adapun teknik pengukuran data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Observasi

Dilaksanakan dengan melakukan pengamatan secara langsung ketika berlangsungnya latihan dan pertandingan.

2. Studi Kepustakaan

Dilaksanakan dengan tujuan mendapatkan data mendukung guna memperkuat teori-teori dalam penelitian ini.

3. Tes dan Pengukuran

Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes analisis teknik dasar bola voli yang terdiri dari tes *Passing* bawah, *passing* atas, *Servis*, dan *Smash*. Data yang diambil dari penelitian ini adalah cara langsung diambil dan diperoleh dari sampel yang telah ditetapkan.

3.7. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik adalah bagian dari statistic yang membahas mengenai penyusunan data ke dalam daftar, grafik atau bentuk lain yang tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis atau penarikan kesimpulan (Ali maksum 2012). Dalam hal penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat kemampuan Teknik dasar tim bola voli putra klub fortuna kabupaten rokan hulu.

Data yang diperoleh dari tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari Hasil tiap butir yang dicapai. Selanjutnya Hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara mengkonsultasikan dengan kategori yang telah ditentukan dengan penyimpulan tiga item tes (Syarifudin, 2010). Memasukan data kedalam kategori terlebih dahulu data mentah Hasil tes diubah menjadi t score dengan bantuan

program Excel. Setelah diketahui tingkat keterampilan tiap-tiap peserta tes, akan ditemukan beberapa besar persentase untuk tiap-tiap kategori dengan menggunakan rumus persentase.

Menurut Suharsimi Arikunto dalam Dian Hidayat (2011:50) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase yang dicari

N : Jumlah Respond

F : frekuensi

Selanjutnya untuk mengetahui batas T-score tiap masing-masing kategori yaitu menggunakan skor baku (T-score). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T-score) dengan penilaian 5 kategori dan T-score akan dicari dengan bantuan aplikasi SPSS.

Tabel 3.3 Skor Baku

No.	Kelas Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X < M + 1,5$	Baik
3	$M - 0,5 S < X < M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X < M - 0,5 S$	Kurang
5	$X < M - 1,5 S$	Kurang Sekali

Keterangan :

X : Skor responden (nilai yang diHasil kan)

M : Mean/ rata-rata

SD: Standar Deviasi

Rumus T – Score = $50 + Z - \text{Score} \times 10$.